

Департамент социальной политики Администрации города Кургана
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Кургана
«Средняя общеобразовательная школа № 5»

Принята на заседании
педагогического совета
от «27» мая 2022 года
Протокол № 12

Утверждаю:
Директор МБОУ г. Кургана «СОШ № 5»
С.И. Корнев
Приказ № 253
от «02» июня 2022 года



**Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
Физкультурно-спортивной направленности
«Футбол»**

Возраст учащихся: 7-18 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Кузьмин Максим Вадимович,
педагог дополнительного
образования, учитель
физической культуры

г. Курган, 2022

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Направленность программы- физкультурно-спортивная (Приказ Минпросвещения РФ от 9.11.2018 года № 196).

Актуальность дополнительной общеразвивающей программы «Футбол» обусловлена наличием запроса со стороны детей и их родителей на программы физкультурно-спортивной направленности.

Спортивные игры – одно из средств физического воспитания. Большое разнообразие двигательных действий, составляющих их содержание, способствует воспитанию силы, быстроты, выносливости, ловкости, моральных и волевых качеств. Футбол – игра сильных, быстрых и выносливых. Являясь командной игрой, футбол имеет ярко выраженную коллективность тактических действий. Высокая игровая дисциплина – неперенный спутник побед в матчах и турнирах. Футбол - игра универсальная. Она оказывает на организм всестороннее влияние.

Отличительные особенности программы: Основным преимуществом данной программы является предоставление учащимся широкого спектра форм и видов деятельности, занятий по интересам, направленных на их развитие. Таким образом, важнейшей составляющей педагогического процесса становится личностноориентированный и компетентностный подход. Именно на это и направлена программа «Футбол». Предлагаемая программа предполагает ознакомление учащихся с техникой и тактикой игры в футбол, индивидуальными, групповыми и командными действиями в различных по сложности условиях игры.

Адресат программы Данная рабочая программа разработана для обучающихся 7-18 лет (по возрастным подгруппам) К освоению дополнительной общеразвивающей программы допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и допущенные врачом к занятиям (наличие медицинской справки).

Срок реализации (освоения) программы: Срок обучения 1 год, 34 недели.

Объем программы Программа рассчитана на 68 часов для первого года обучения из расчета 2 часа в неделю.

Формы обучения, особенности организации образовательного процесса

Особенности организации образовательного процесса (очная, при необходимости с применением дистанционных образовательных технологий, в соответствии с СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Постановление Главного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28)),

Численный состав группы от 15 до 20 чел, режим занятий, 1 раз в неделю по 2 часа, с перерывом на отдых.

Формы и методы обучения

Занятия в рамках программы проводятся, в форме: тренировок, лекций, просмотра видеоматериала, соревнований, сдачи контрольных нормативов, мониторинга, контрольного тестирования, самостоятельных подготовок.

Во время занятий используются следующие методы:

По способу организации занятия

- словесные(рассказ, беседа, лекция, обсуждение, анализ);
- наглядные(демонстрация слайдов, иллюстративного материала);
- иллюстративно-демонстрационные (просмотр видеоматериалов);
- практические (упражнения, игра, соревнования).

По уровню деятельности детей

- объяснительно-иллюстративный;
- репродуктивный;
- частично-поисковый.

На занятиях используются групповые и индивидуально-групповые формы организации деятельности учащихся, а также различные формы проведения занятий.

Возможность реализации индивидуального образовательного маршрута (ИОМ)

Имеется возможность реализации индивидуального образовательного маршрута (ИОМ) Индивидуальный образовательный маршрут - это программа образовательной деятельности обучающегося, составленная на основе его интересов и образовательного запроса, обеспечивающая условия для раскрытия и развития всех способностей и дарований ребенка с целью их последующей реализации в учебной и профессиональной деятельности, фиксирующая образовательные цели и результаты.

Наличие детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) не допустимо.

Наличие талантливых детей в объединении - Проектирование ИОМ для одаренных обучающихся (по необходимости) или создание модуля для работы с одаренными детьми по данной программе.

Уровни сложности содержания программы- Стартовый (ознакомительный) - 1 год, количество часов - 68 часов.

1.2.Цели и задачи программы. Планируемые результаты

Цель: физическое развитие учащихся, укрепление их здоровья посредством систематических занятий футболом.

Задачи программы:

Обучающие:

- обучить новым видам двигательных действий в футболе, совершенствовать их выполнение в различных по сложности условиях игры, в быстромеменяющейся обстановке;
- дать представление о требованиях и нормах физической подготовленности, спортивной классификации;
- дать знания об истории и развитии физической культуры и спорта; □ обучить формированию индивидуального двигательного режима. ;
- сформировать у учащихся знания о личной гигиене, о системах дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках;
- обеспечить усвоение базовых видов двигательных действий; выполнение физических упражнений с использованием современного спортивного инвентаря и оборудования; поддержание оптимального уровня индивидуальной работоспособности;
- содействовать формированию опыта участия в соревнованиях различного уровня.
- формировать адекватную оценку собственных физических возможностей; осуществлять коррекцию осанки и телосложения;
- выработать навыки самоконтроля за развитием адаптивных свойств организма

Воспитывающие:

- воспитать ценностное отношение к занятиям физическими упражнениями, избранным видом спорта;
- содействовать приобретению учащимися навыков управления своими эмоциями, эффективного взаимодействия со взрослыми и сверстниками; взаимопомощи;
- воспитывать самостоятельность, ответственность, дисциплинированность, инициативу;
- формировать здоровый образ жизни, укреплять здоровье учащихся,

Развивающие:

- развивать физические качества и способности учащихся (быстрота, точность, ловкость, согласованность движений, ритм, равновесие, выносливость, сила, гибкость)
- развивать познавательные, коммуникативные способности, критическое

мышление, внимание, память.

Планируемые результаты

К окончанию первого года обучения у учащихся будут сформированы следующие результаты:

Личностные:

- ценностное отношение к своему здоровью;
- потребность в познании, занятиях спортом, содержательном досуге;
- ответственное отношение к выполнению упражнений;
- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другим людям;
- сформированность морально-волевых, психических качеств личности юных спортсменов (целеустремленность, настойчивость, выдержка, самообладание, выносливость, находчивость, дисциплинированность, трудолюбие).

Универсальные учебные действия (УУД):

Познавательные УУД:

- познавательный интерес к занятиям спортом;
- базовые понятия и термины, умение применять их в процессе занятия;
- умение применять теоретические знания на практике и в повседневной жизни.

Регулятивные УУД:

- умение адекватно оценивать ситуацию, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать свои возможности (самонаблюдение, самооценка);
- умение осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результатов;
- навыки самоконтроля (взаимоконтроля) и самооценки (оценки).

Коммуникативные:

- умение общаться и сотрудничать со сверстниками, учащимися старшего и младшего возраста, взрослыми;
- навыки бесконфликтного диалога с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- умение слушать и слышать других людей.

Предметные:

учащиеся узнают:

- гигиенические требования на занятиях футболом;
- технику безопасности на занятиях;
- физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования средствами физической культуры;
- возрастные особенности развития ведущих психических процессов и физических качеств, возможности формирования индивидуальных черт и свойств личности посредством регулярных занятий физической культурой;
- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности;
- правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.

учащиеся научатся:

- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной

работоспособности;

– контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;

– управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;

– соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;

– пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой.

учащиеся приобретут опыт: участия в соревновательной деятельности.

Учебно-тренировочные занятия по данной программе состоят из теоретической и практической части (ОФП, СФП, ТП). На начальном этапе больше внимания уделяется теоретической и общефизической подготовленности учащихся.

1.3. Рабочая программа

Учебный план. Содержание программы. Тематическое планирование

Учебный план

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Техника безопасности.	2	1	1	Опрос по ТБ, Наблюдение
2	Общая физическая подготовка	20	3	17	
2.1.	Упражнения для развития скорости	7	1	6	Текущий контроль. Наблюдение
2.2.	Прыжковые упражнения	7	1	6	Текущий контроль. Наблюдение
2.3	Гимнастические упражнения	6	1	5	Текущий контроль. Наблюдение
3	Теоретическая подготовка	4	4	-	
3.1.	Футбол в России. Правила игры	2	2	-	Текущий контроль. Наблюдение
3.2.	Влияние физических упражнений на организм человека	2	2	-	Текущий контроль. Наблюдение
4	Специально – физическая подготовка.	20	1	19	
4.1	Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий.	4	1	3	Текущий контроль. Наблюдение

4.2	Упражнения для развития прыгучести.	4	1	3	Текущий контроль. Наблюдение
4.3	Упражнения для развития ловкости	4	1	3	Текущий контроль. Наблюдение
4.4	Многократные удары по неподвижному мяча	4	1	3	Текущий контроль. Наблюдение
4.5	Многократные удары по катящемуся мяча	4	1	3	Текущий контроль. Наблюдение
5	Тактическая подготовка	10	1	9	
6	Подвижные игры.	10	1	9	Текущий контроль. Наблюдение
7	Участие в соревнованиях.	1	-	1	Зачетный. Уметь показать лучший результат в соревновательном режиме.
8	Промежуточная аттестация.	1	-	1	Теория. Практика. Общение и повторение изученного теоретического и практического материала.
	Итого	68	11	57	

Содержание программы

1. Вводное занятие(2ч)

Теория: Гигиенические требования на занятиях Футболом (1 час).

Практика: Комплектование группы, информирование учащихся о перспективе обучения

2. Общая физическая подготовка(20 часов; 3ч-теория, 17ч – практика)

Теория: Правила игры в футбол (размеры поля для игры в футбол, правила игры, полевых игроков и вратаря, выполнение штрафных ударов, классификация и терминология технических приемов игры в футбол

Практика: Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения

Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.

Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног

Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, стойки

3. Теоретическая подготовка (4ч - теория)

3.1 Физическая культура и спорт в России. Физическая культура и спорт как одно из средств воспитания, укрепления здоровья, всестороннего физического развития человека.

3.2. Влияние физических упражнений на организм человека. Влияние физических упражнений на увеличение мышечной массы, работоспособность мышц и подвижность суставов, развитие сердечно -сосудистой и дыхательной систем.

3.3. Правила игры в волейбол. Состав команды. Расстановка и переход игроков. Начало

игры и подача.

3.4 Удары по мячу. Выход мяча из игры. Счет и результат игры. Права и обязанности игроков. Состав команды, замена игроков. Упрощенные правила игры. Судейская терминология.

4.Специальная физическая подготовка(20 часов: теория – 1 часов; практика – 19 часов)

Теория: Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении ведения и передачи мяча. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении ударов. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении действий игроков с мячом и без.

Практика:Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий.По сигналу (преимущественно зрительному) бегна 5, 10, 15 м из исходных положений: стоя, сидя, лежа на спине и на животе в различных положениях по отношению к стартовой линии; то же, но перемещение приставными шагами

Бег с остановками изменением направления. Челночный бег (общий пробег за одну попытку 20-30 м). Челночный бег, но отрезок в начале пробегается лицом вперед, а обратно – спиной и т.д. По принципу челночного бега передвижение приставными шагами. То же с мячами в ногах (ведение), с поясом-отягощением или в куртке с весом. Бег (приставные шаги) в колонне по одному (в шеренге) вдоль границ площадки

Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом рук вверх; то же с прыжком вверх, то же с набивным мячом (или двумя) в руках (до 2 кг)(1 –теория;3 - практика).

Прыжки на одной и на обеих ногах на месте и в движении лицом вперед, боком и спиной вперед. То же с отягощением. Запрыгивание на сложенные гимнастические маты(высота постепенно увеличивается), количество прыжков подряд также увеличивается постепенно. Прыжки на одной и обеих ногах с преодолением препятствий(набивные мячи ит. п.). Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Для выполнения ударов головой.

5.Тактическая подготовка(10 часов; 1-теория, 9- практика)

Теория: Просмотр соревнований профессиональных спортсменов, учебных видеофильмов. Домашние задания и их выполнение.

Практика:

Тактика нападения:

- Индивидуальные действия без мяча (правильное расположение и ориентировка на футбольном поле, выбор момента и способа передвижения в свободное место с целью получения мяча);

- Индивидуальные действия с мячом (использование изученных способов удара по мячу, ведения и остановок мяча в зависимости от игровой ситуации);

- Групповые действия (выполнение передачи в ноги партнеру, на свободное место и удар, выполнение простейших комбинаций в стандартных положениях - начало игры, угловом, штрафном, свободном ударах и вбрасывание мяча);

- Командные действия (тренировочные и соревновательные игры, применяя технические приемы изученного программного материала, организация нападения по избранной тактической схеме, взаимодействие игроков при атаке финтом и через центр).

Тактика защиты:

- Индивидуальные действия (выбор позиции относительно опекаемого игрока для противодействия получению мяча, ведению и удару по воротам, отбор мяча изучаемым способом в зависимости от игровой ситуации);

- Групповые действия (взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций, создание искусственного положения «вне игры»);

- Тактика вратаря (выбор правильной позиции в воротах при ударах в различных направлениях и угловом штрафном и свободном ударе вблизи своих ворот);

- Командные действия (тренировочные и соревновательные игры, применяя технические приемы изученного программного материала, оборонительные действия согласно избранной тактической схеме в составе команды по принципу персональной, зонной или комбинированной защиты).

Позиционные нападения без изменения позиций игроков.

6 Подвижные игры(10 ч; 1 – теория, 9 – практика)

Теория: Инструктаж по ТБ при подвижных играх. Совершенствование умений и навыков через игру

Практика

-Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров;

-Игра и игровые задания 2:1,3:1, 3:2 и 3:3. «Регби»;

-«Квадрат»;

-«Пятнашки с ведением мяча»; - «Броуновское движение

7.Участие в соревнованиях (1час- практика)

Умение показать лучший результат в соревновательном режиме.

8.Итоговое занятие (1 час)

Теория: Обобщение и повторение изученного материала. Подведение итогов (1 час)

Формы аттестации / контроля

Формы контроля. С целью определения качества освоения проводятся различные виды контроля:

- **входной контроль** (тестирование по общей физической подготовке в начале реализации Программы);

- **текущий контроль** (мониторинг освоения учащимися начальных знаний, умений и навыков в течение всего учебного года);

- **итоговый контроль** (тестирование по общей физической подготовке в конце реализации программы).

Цель промежуточной аттестации – выявление уровня освоения учащимися программы дополнительного образования и их соответствия прогнозируемым результатам дополнительных общеобразовательных программ.

Формы проверки результатов освоения программы

В начале года проводится вводное тестирование. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений.

Итоговый контроль проводится в конце учебного года и предполагает зачет в форме тестирования уровня ОФП, СФП, ТП. Он проводится с целью определить степень достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

В конце учебного года все учащиеся группы сдают по общей физической подготовке контрольно-переводные испытания. Результаты контрольных испытания является основой для перехода групп на следующий этап подготовки.

Тематическое планирование

№ п /п	Название раздела программы	Дата проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма текущего контроля / промежуточн
---------------	-----------------------------------	--------------------------------	---------------------	---------------------	----------------------	--

						ой аттестации
1	Основы знаний	1.09	2	Инструктаж по охране труда на занятиях футбола. История возникновения футбола. Развитие футбола. Правила мини-футбола, футбола. Жесты судей.	Беседа Видеоматериалы	Наблюдение
2	Техническая подготовка	8.09	2	Передвижения боком, спиной вперед, ускорения, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	Лекция	Тест
		15.09	2	Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внутренней частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма.	Беседа Видеоматериалы	Наблюдение
		23.09	2	Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъёма, носком. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удар по летящему мячу серединой подъёма.	Беседа Видеоматериалы	Наблюдение
		30.09	2	Удар по летящему мячу серединой лба. Удар по летящему мячу боковой частью лба.	Презентация	Наблюдение
		7.10	2	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель. Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь.	Беседа Видеоматериалы	Наблюдение
		14.10	2	Остановка катящегося	Видеоматериалы	Наблюдение

				мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Остановка мяча грудью. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы.	алы	
		21.10	2	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника).	Беседа Видеоматериалы	Наблюдение
		28.10	2	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Обводка с помощью обманных движений (финтов).	Лекция	Тест
		11.11	2	Выбивание мяча ударом ногой. Отбор мяча перехватом. Отбор мяча толчком плеча в плечо. Отбор мяча в подкате	Беседа Видеоматериалы	Наблюдение
		18.11	2	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом	Беседа Видеоматериалы	Наблюдение
		25.11	2	Ловля катящегося мяча. Ловля мяча, летящего навстречу. Ловля мяча сверху в прыжке.	Презентация	Наблюдение
		2.12	2	Отбивание мяча кулаком в прыжке. Ловля мяча в падении (без фазы полёта)	Беседа Видеоматериалы	Наблюдение
		9.12	2	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	Лекция	Тест
3	Тактический	16.12	2	Тактика свободного нападения. Позиционное	Презентация	Инструктаж

	подготовка			нападение без изменения позиций игроков. Позиционное нападение с изменением позиций игроков.		
		23.12	2	Нападение в игровых заданиях 3: 1,3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Индивидуальные тактические действия в нападении. Групповые тактические действия в нападении.	Лекция	Тест
		13.01	2	Командные тактические действия в нападении. Индивидуальные тактические действия в защите. Групповые тактические действия в защите.	Презентация	Наблюдение
		20.01	2	Командные тактические действия в защите. Двусторонняя учебная игра.	Беседа Видеоматериалы	Наблюдение
		27.01	2	Упражнения с партнером. Упражнения с набивными мячами. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Поднимание туловища из положения, лежа на спине. Многократное поднимание прямых ног в висе.	Беседа Видеоматериалы	Наблюдение
		9.02	2	Бег в горку. Прыжки на одной ноге. Прыжки на одной и на двух ногах через препятствия. Прыжки со скакалкой.	Лекция	Тест
		16.02	2	Прыжки на одной и двух ногах с набивными мячами. Ведение ногой набивного мяча. Подвижная игра «Всадники».	Презентация	Наблюдение

		24.02	2	Бег спиной вперед с поворотами. Быстрые перемещения приставными шагами. Бег с внезапным поворотом кругом. Бег «Змейкой».	Презентация	Наблюдение
		2.03	2	Челночное перемещение. Бег с внезапным поворотом кругом по зрительному сигналу. Бег в сочетании с внезапными остановками и скоростными рывками. Кувырок вперед – прыжок через вертикальное препятствие.	Беседа Видеоматериалы	Наблюдение
		9.03	2	Бег в равномерном темпе умеренной интенсивности, чередуемый с ускорениями. Переменный бег с варьированием скорости.	Презентация	Инструктаж
		16.03	2	Бег по пересеченной местности. Подвижная игра «Сумей догнать». Подвижная игра «Гонка с выбыванием».	Беседа Видеоматериалы	Наблюдение
		30.03	2	Активные упражнения на гибкость. Упражнения на гибкость с помощью партнера. Упражнения на гибкость с отягощением.	Лекция	Тест
		6.04	2	Старт по зрительному (звуковому) сигналу из различных исходных положений. Бег в медленном темпе с выполнением скоростных рывков. Бег с высокой скоростью и остановками по внезапному сигналу	Презентация	Наблюдение
		13.04	2	Эстафетный бег. Челночный бег. Бег с внезапными остановками и изменением направления движения. Бег с	Беседа Видеоматериалы	Наблюдение

				максимальной частотой шагов.		
4	Подвижные игры.	20.04	2	Удары мяча ногой в быстром темпе в стену. Переменный бег. Подвижная игра «Вызов номеров».	Лекция	Тест
		27.04	2	Подвижная игра «Поймай палку». Подвижная игра «Поймай мяч».	Беседа Видеоматериалы	Наблюдение
		11.05	2	Подвижная игра «Салки». Подвижная игра «Охотники и утки».	Лекция	Тест
		13.05	2	Подвижная игра «Перехвати мяч». Подвижная игра «В одно касание».	Беседа Видеоматериалы	Наблюдение
		20.05	2	Подвижная игра «В одно касание». Подвижная игра «День и ночь».	Беседа Видеоматериалы	Наблюдение
		27.05	2	Подвижная игра «Салки в парах». Подвижная игра «Бег-преследование».	Презентация	Наблюдение
Итого: 68 часов						

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО - ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график

Количество учебных недель	36 недель
Первое полугодие	с 01.09.2021 г. по 31.12.2021 г., 17 учебных недель
Каникулы	с 01.01.2022 г. по 09.01.2022 г.
Второе полугодие	с 10.01.2022 по 31.05.2022 г., 19 учебных недель
Промежуточная аттестация	28.05.2022 г.

Формы текущего контроля / промежуточной аттестации

Оценка позволяет сравнить, анализировать каждого учащегося и, таким образом, вести контроль за уровнем физической подготовленности спортсменов, определять рост

индивидуальных показателей, развития физических качеств учащихся и делать анализ работы и освоения программы.

Критерии оценки уровня теоретической и практической подготовки:

Высокий уровень – учащийся овладел на 80-100% умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период, выполняет самостоятельно, не испытывает особых затруднений, правильно технично выполняет упражнения, а также имеет скоростно-силовые качества, выносливость и т.д.

Средний уровень – у учащихся объем усвоения и навыков составляет 50-70 %, выполняет с помощью тренера.

Низкий уровень – учащийся овладел менее 50%, испытывает затруднение при выполнении специальных упражнений.

Критериями оценки освоения программы являются:

- соответствие теоретических знаний, обучающих программным требованиям;
- соответствие практической деятельности программным требованиям;
- самостоятельность работы;
- осмысленность действий;
- умение работать в команде;
- освоение знаний, умений, навыков.

Оценка позволяет сравнить, анализировать каждого учащегося и, таким образом, вести контроль за уровнем физической подготовленности спортсмена, развитие физических качеств учащихся и делать анализ работы и освоение программы.

Материально – техническое обеспечение

Для реализации данной программы необходимо:

1. Футбольное поле с искусственным покрытием стандартное – 1
2. Футбольные ворота (2х3, 2х5) – 4 штуки
3. Разметочные колпаки (большие и малые) – 16 штук
4. Футбольные мячи (№ 3,4,5) – 15 штук
5. Сетка для мячей – 1 штука
6. Манишки двух цветов – 15 штук
7. Скакалки – 15 штук
8. Набивные мячи 1 кг (медбол) – 5 штук
9. Спортивный зал – 1
10. Гимнастическая стенка – 1
11. Гимнастические скамейки – 4 штуки.

Информационное обеспечение

1. Программа;
2. Наглядные пособия (по возможности);
3. Мультимедиа для просмотра игры.

Кадровое обеспечение:

Педагог с высшим образованием или средним профессиональным образованием в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования «Образование и педагогические науки» (приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 5 мая 2018 г. № 298н к образованию и обучению)

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

№п /п	Раздел и тема программы	Формы занятий	Приемы и методы организации образовательного процесса(в рамках занятий)	Дидактический материал	Формы подведения итогов
1.	Вводное занятие	Лекция	Рассказ, беседа.	Инструкции по технике безопасности по виду деятельности.	Опрос учащихся.
2.	Общая физическая подготовка	Лекция, практическое занятие. Тренировка.	Словесный метод, метод показа, групповой, поточный, переменный, игровой, индивидуальный.	Инструкции по технике безопасности по виду деятельности.	Контрольные тесты и упражнения, мониторинг.
3.	Специальная физическая подготовка	Объяснение, практическое занятие.	Словесный метод, метод показа, игровой, попеременный.	Инструкции по технике безопасности по виду деятельности.	Сдача контрольных нормативов, мониторинг. Контрольные тесты и упражнения.
4.	Подвижные игры	Объяснение, Практическое занятие.	Словесный метод, метод показа, игровой, попеременный	Инструкции по технике безопасности по виду деятельности.	Контрольные тесты и упражнения, мониторинг
5	Соревновательная деятельность	Объяснение, Практическое занятие.	Словесный метод, метод показа, игровой, попеременный	Инструкции по технике безопасности по виду деятельности.	Упражнения, контрольные тесты, соревнования
6.	Промежуточная аттестация	Мероприятие	Подведение итогов	Фотографии, видео, компьютерная презентация учащихся секции.	Результаты соревнований разного уровня.

Реализацию программы предполагается осуществлять на основе следующих принципов:

- гуманистических начал, многообразия и вариативности форм организации жизнедеятельности и образования детей, и подростков;
- приоритета интересов каждого обучающегося, учета его интеллектуальных и психофизиологических и личностных особенностей;
- непрерывности образования и воспитания;
- воспитывающего обучения;
- Учета специфических региональных особенностей культуры, экологии условий жизни;
- обеспечения подростку комфортной эмоциональной среды – «ситуации успеха» и развивающего обучения;
- содействия выбору индивидуального образовательного маршрута.

Оценочные материалы

Критерии оценки показателей учащихся по освоению программы (процентное соотношение освоенных учащимися и предусмотренных программой)

Кол-во баллов	Требования по теоретической подготовке	Требования по практической подготовке	Результат
3	Теоретические знания, предусмотренные программой, усвоены в полном объеме	Освоил в полном объеме практические умения, сдал все контрольные нормативы	Программа усвоена в полном объеме
2	Теоретические знания, предусмотренные программой, усвоены в большей степени	Освоил не в полном объеме практические умения, сдал большую часть	Программа усвоена в полном объеме
1	Теоретические знания, предусмотренные программой, усвоены в меньшей степени	Освоил меньше половины практических умений, сдал меньшую часть	Программа не усвоена
0	Теоретические знания, предусмотренные программой, не усвоена	Не освоил практические умения, не сдал контрольные нормативы	Программа не усвоена

Электронные образовательные ресурсы:

<https://resh.edu.ru>

<https://openedu.ru>

<http://dop.edu.ru>

<https://dop-obrazovanie.com>

Список литературы

Литература для обучающихся:

1. Волошина Л.Н. Игры с элементами спорта / Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова. – М., 2004.
2. Фатеева Л.П. Подвижные игры, эстафеты / Л.П. Фатеева. – Ярославль, 2005.
3. Филиппова С.О. Мир движений мальчиков и девочек / С.О. Филиппова – СПб., 2001.

Литература для педагога:

1. Аранская О.С. Игра как средство формирования здорового образа жизни / О.С. Аранская. – М.: Педагогика, 2012.
2. Белкин А.С. Возрастная педагогика / А.С. Белкин. – Екатеринбург, 2009.

3. Васильева Н.Н. Развивающие игры для дошкольников / Н.Н. Васильева. – Ярославль, 2005.
4. Галанов А.С. Игры, которые лечат / А.С. Галанов. – М., 2009.
5. Глазырина Л.Д. Методика физвоспитания детей младшего школьного возраста / Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 2010.
6. Дереклеева Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы / Н.И. Дереклеева – М.: ВАКО, 2007 г.
7. Казина О.Б. Весёлая физкультура для детей и их родителей / О.Б. Казина. – Ярославль, 2012.
8. Ковалько В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г.
9. Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле –здоровый дух. Учебное пособие для ученика и учителя / А.Н. Маюров. - М.: Педагогическое общество России, 2004.
10. Миняева С.А. Подвижные игры дома и на улице / С.А. Миняева. – М., 2012.
11. Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа / О.Н. Моргунова. – Воронеж, 2009.
12. Останко Л.В. Футбол для детей / Л.В. Останко. – СПб., 2006.
13. Подвижные игры: 1–4 классы / Авт.-сост. Патрикеев А.Ю. – М.: ВАКО, 2007.
14. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и Школы / Н.К. Смирнов - М.: АРКТИ, 2003.

**Нормативы общей физической и специальной подготовки для зачисления в группу
начальной подготовки**

№ п/п	Содержание требований	Девушки	Юноши
Физическая подготовленность			
1.	Бег 30 м: бх4м (сек.)	20,0	17
2.	Бег 92 м с изменением направления (сек.)	38,0	34,0
3.	Прыжок в длину с места (см)	170	220
4.	Прыжок вверх с места толчком двумя ногами (см)	15	20
5.	Сгибание и разгибание рук из упора лежа	10	25
6.	Поднимание туловища изи.п. лежа на спине	30	-
7.	Подтягивание	-	8
Техническая подготовленность			
1.	Передач на точность в прыжке через сетку из зоны 4 в зону 6	-	-
2.	Верхняя прямая подача на точность	-	-

**Нормативы общей физической и специальной подготовки
1-года обучения**

№ п/п	Содержание требований	Девушки	Юноши
Физическая подготовленность			
1.	Бег 30 м: бх4м (сек.)	12,0	11,5
2.	Бег 92 м с изменением направления (сек.)	31,0	28,0
3.	Прыжок в длину с места (см)	180	240
4.	Прыжок вверх с места толчком двумя ногами (см)	20	25
5.	Сгибание и разгибание рук из упора лежа	12	35
6.	Поднимание туловища изи.п. лежа на спине	35	-
7.	Подтягивание	-	10
Техническая подготовленность			
1.	Передач на точность в прыжке через сетку из зоны 4 в зону 6	2	2
2.	Верхняя прямая подача на точность	4	4

